

**HUBUNGAN MASA KERJA DAN SIKAP KERJA TERHADAP  
KEJADIAN *MYOFACIAL TRIGGER POINT SYNDROME UPPER*  
*TRAPEZIUS* PADA PEKERJA *DOFFER* DI PT.BMSTI (BINTANG  
MAKMUR SEJAHTERA *TEXTILE* INDUSTRY) SRAGEN**



**SKRIPSI**

Disusun Guna Memenuhi Persyaratan Dalam

Mendapatkan Gelar Sarjana Fisioterapi

**Oleh:**

**GEMILANG**

**J120130061**

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2019**

**HALAMAN PRASYARAT GELAR**

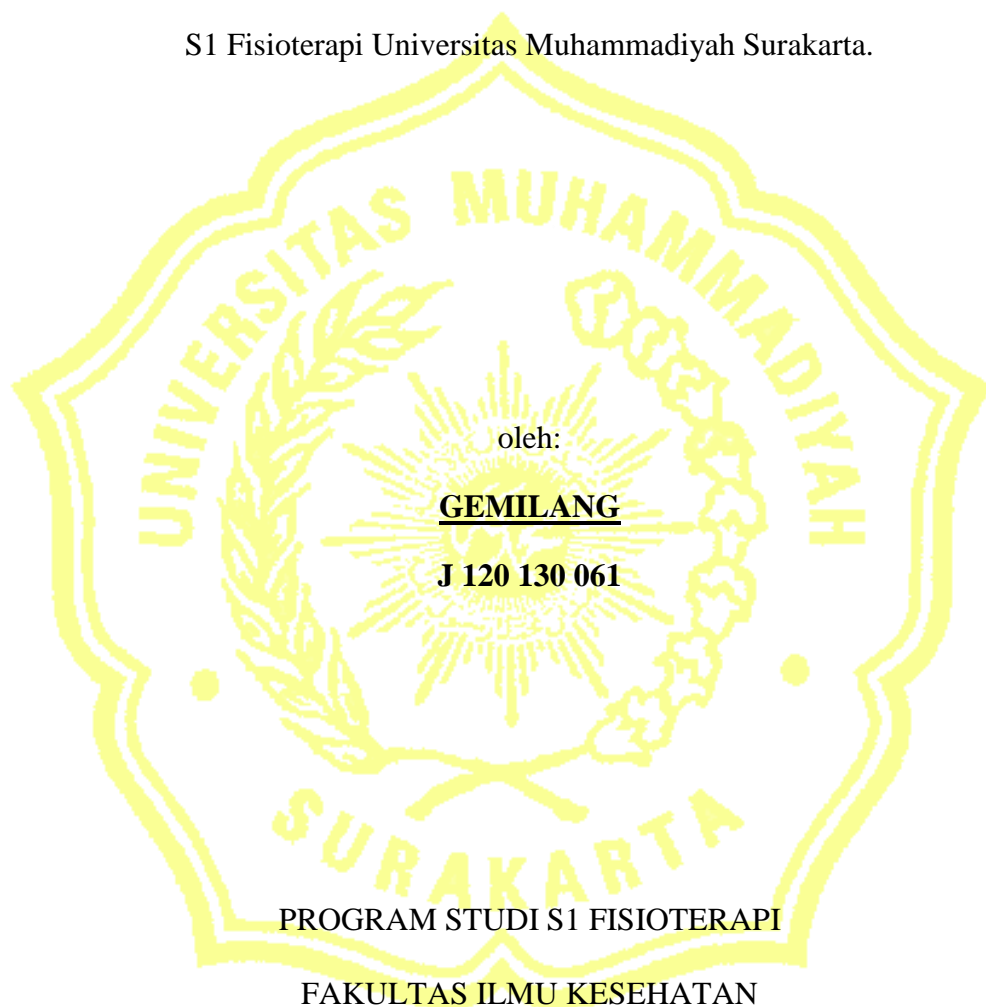
**HUBUNGAN MASA KERJA DAN SIKAP KERJA TERHADAP**

**KEJADIAN *MYOFACIAL TRIGGER POINT SYNDROME UPPER***

***TRAPEZIUS* PADA PEKERJA *DOFFER* DI PT.BMSTI (BINTANG**

**MAKMUR SEJAHTERA *TEXTILE* INDUSTRY) SRAGEN**

Skripsi Ini Dibuat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi Dalam Program  
S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN MASA KERJA DAN SIKAP KERJA TERHADAP**  
**KEJADIAN MYOFACIAL TRIGGER POINT SYNDROME UPPER**  
**TRAPEZIUS PADA PEKERJA *DOFFER* DI PT.BMSTI (BINTANG**  
**MAKMUR SEJAHTERA *TEXTILE* INDUSTRY) SRAGEN**

Telah disetujui pembimbing untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Seminar  
Proposal Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Surakarta.

Diajukan oleh:

GEMILANG

**J 120 130 061**

Telah disetujui oleh

- Pembimbing.



**Wijiarto, SSt.FT., Ftr., M.Or**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN MASA KERJA DAN SIKAP KERJA TERHADAP  
KEJADIAN MYOFACIAL TRIGGER POINT SYNDROME UPPER  
TRAPEZIUS PADA PEKERJA DOFFER DI PT.BMSTI (BINTANG  
MAKMUR SEJAHTERA TEXTILE INDUSTRY) SRAGEN**

**OLEH**

**GEMILANG**

**J 120 130 061**

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji**

**Fakultas Ilmu Kesehatan**

**Universitas Muhammadiyah Surakarta**

**Pada hari Sabtu 20 Juli 2019**

**dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

**Dewan Penguji:**

1. Wijianto, SSt.FT., Ftr., M.Or  
(KETUA DEWAN PENGUJI)
2. Wahyuni, SSt.FT, Ftr., M.Kes  
(ANGGOTA I DEWAN PENGUJI)
3. Agus Widodo, S.Fis., Ftr., M.Kes  
(ANGGOTA II DEWAN PENGUJI)

(  )

(  )

(  )

**Dekan**



**Dr. Himpazimah, SKM., M.Kes**  
**NIDN. 786/06-1711-73**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan sebelumnya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun dan sepengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya.

Surakarta, Juli 2019

Penulis



Gemilang

J120130061

## **MOTTO**

*Keraguan hanya akan menghambat dirimu sendiri dan akan  
membuatmu semakin jauh tertinggal*

*Beranianlah melangkah walaupun hanya langkah kecil, karena  
itulah yang akan membuat langkah langkah besar selanjutnya di  
dalam hidupmu*

*Tidak masalah jika kamu terlambat dalam melakukan sesuatu,  
tetapi kamu harus bisa mengejar ketertinggalanmu*

*Jangan pernah ragu pada dirimu sendiri*

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Alhamdulillahirobilalamin saya ucapkan, atas terselesaikannya tugas akhir setelah menempuh pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surakarta, yaitu berupa SKRIPSI.

Rasa syukur saya ucapkan kepada Allah SWT, serta shalawat dan salam kepada Rasulullah SAW beserta keluarganya, sahabat dan pengikut beliau dari dahulu sampai sekarang.

Tidak lupa ucapan terimakasih atas semua dukungan, doa, kesabaran dan kebersaannya kepada:

1. Kepada orang tua, Bapak Suroso Teguh Nugrahanto dan Ibu Anik Puji Rahayu yang selalu memberikan doa, semangat, motivasi, kasih sayang, dan juga kesabaran dalam menghadapi kesulitan dan keberhasilan yang saya dapatkan,
2. Adikku tersayang, Brilian dan Mbah putriku Sri Mulyani yang telah memberikan dukungan dan semangat untuk saya menuntut ilmu. Dosen pembimbing Bapak Wijianto yang dengan penuh kesabaran dan tabah dalam memberikan bimbingan kepada saya selama ini.
3. Teman - temanku “awak dewek” (Fana, Mirna, Nastiti, Susi, Abil, Fajar, Adin, Shyko, Yunan, M.Fajar, dan Erik) yang selalu memberikan semangat dan memberikan bantuan selama proses skripsi ini.
4. Untuk seluruh dosen Fisioterapi S1 UMS yang telah memberikan ilmu dan pengalaman selama perkuliahan.

Atas semua bantuan, semangat, motivasi, saran, doa dan segala dukungan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik, meskipun banyak kekurangan yang ada di skripsi ini. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan mendapatkan pahala dan senantiasa dalam lindungan Allah SWT.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahirabbil'alamin*

segala puji bagi Allah atas limpahan karunia-Nya yang tiada terbatas. Hanya karena rahmat, taufik serta hidayah-Nya semata penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ” **HUBUNGAN MASA KERJA DAN SIKAP KERJA TERHADAP KEJADIAN *MYOFACIAL TRIGGER POINT SYNDROME UPPER TRAPEZIUS* PADA PEKERJA *DOFFER* DI PT.BMSTI (BINTANG MAKMUR SEJAHTERA *TEXTILE INDUSTRY*) SRAGEN**”.

Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk memenuhi mendapatkan gelar sarjana fisioterapi. Di Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lupa kiranya penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak:

1. Dr. Sofyan Anif, M.Si. Selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Dr. Mutalazimah, M.Kes. Selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Isnaini Herawati, SSt.Ft., Ftr., M.Sc. Selaku ka.Progdi Fisioterapi di UMS.
4. Wijianto, SSt.Ft., Ftr., M.Or selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran.
5. Bapak dan Ibuku tercinta (Suroso Teguh Nugrahanto, S.E dan Anik Puji Rahayu) yang telah memberikan doa, dukungan, kasih sayang, serta bantuan moril maupun materil yang tak terhingga dengan tulus dan ikhlas.
6. Adikku tersayang (Brilian) dan Mbah putriku (Sri Mulyani) yang telah memberikan dukungan dan semangat untuk saya menuntut ilmu.
7. “awak dewek” (Rofana, Nastiti, Mirna, Susi, M.Fajar, Abil, Fajar, Adin, Shyko dan Erick) yang selama ini terus memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.



8. Semua pekerja *doffer* di PT.BMSTI (Bintang Makmur Sejahtera Textile Industry) Sragen yang bersedia dijadikan sampel dan menjalani serangkaian penelitian.

Akhir kata, penulis berharap semoga karya ini dapat bermanfaat baik bagi penulis maupun bagi pembaca. Penulis mohon maaf bila dalam penulisan karya ini terdapat banyak kesalahan. Oleh karena itu saran dan kritik sangat diharapkan.

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PRASYARAT GELAR .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	v
MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK .....	xvi
ABSTRACT .....	xvii
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
 <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori.....	6
1. Analisa Kerja Doffer .....	6
2. Pengertian Keluhan Muskuloskeletal .....	7
3. Manifestasi Keluhan Muskuloskeletal.....	7
4. Anatomi dan Fisiologi	
a. Anatomi <i>Musle Upper Trapezius</i> .....	8
b. Fisiologis Otot Rangka.....	9
5. <i>Myofascial Trigger Points Syndrome Upper Trapezius</i>	
a. Definisi .....	12

b. Epidemiologi.....	12
c. Etiologi.....	13
d. Patofisiologis.....	14
e. Tanda dan Gejala <i>Myofascial Trigger Point Syndrome Upper Trapezius</i> .....	16
f. Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Myofascial Pain Syndrome .....	17
g. Pemeriksaan .....	19
h. Alat Ukur.....	20
6. Tinjauan Umum Tentang Masa Kerja .....	20
7. Tinjauan Umum Tentang Sikap Kerja .....	
a. Definisi.....	21
b. Posisi Kerja Baik.....	21
c. Posisi Kerja Buruk.....	22
d. REBA ( <i>Rapid Entire Body Assesment</i> ) .....	22
8. Hubungan Masa Kerja dan Sikap Kerja Terhadap Kejadian <i>MTPs Upper Trapezius</i> .....	23
B. Kerangka Berfikir.....	25
C. Kerangka Konsep .....	26
D. Hipotesis.....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	27
C. Populasi dan Sampel .....	27
D. Variabel.....	28
E. Definisi Konseptual.....	29
F. Definisi Operasional.....	30
G. Jalannya Penelitian.....	31
H. Teknik Analisis Data.....	32
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	33

B. Pembahasan.....	38
C. Keterbatasan Penelitian.....	43
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	44
B. Saran.....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR GAMBAR

Halaman	
Gambar 2.1 Otot <i>Upper Trapezius</i> .....	9
Gambar 2.2 <i>Pincer Palpation</i> .....	19
Gambar 2.3 <i>Flat Palpation</i> .....	19
Gambar 2.4 <i>Numeric Rating Scale</i> .....	20
Gambar 2.5 REBA ( <i>Rapid Entire Body Assessment</i> ) .....	23
Gambar 2.6 Kerangka Berfikir .....	25
Gambar 2.7 Kerangka Konsep .....	26
Gambar 3.1 REBA <i>Scoring</i> .....	29

## DAFTAR TABEL

Halaman	
Tabel 2.1 Skoring REBA dalam <i>Muscle Disorders</i> .....	22
Tabel 3.1 REBA Scoring.....	31
Tabel 4.1 Distribusi Responden Penelitian .....	34
Tabel 4.2 Distribusi Masa Kerja Terhadap Nyeri MTPs <i>Upper Trapezius</i> ..	35
Tabel 4.3 Distribusi Sikap Kerja Terhadap Nyeri MTPs <i>Upper Trapezius</i> ..	36
Tabel 4.4 Hubungan Masa Kerja dengan Nyeri MTPs <i>Upper Trapezius</i> ....	36
Tabel 4.5 Hubungan Sikap Kerja dengan Nyeri MTPs <i>Upper Trapezius</i> ....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Protokol Penelitian
- Lampiran 2: Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 3: *Inform consent*
- Lampiran 4: *Questioner*
- Lampiran 5: *Nordiac Body Map Questionare*
- Lampiran 6: *Numeric Rating Scale (NRS)*
- Lampiran 7: REBA (*Rapid Entire Body Assesment*)
- Lampiran 8: Surat Balasan
- Lampiran 9: Lembar Penilaian
- Lampiran 10: Output Data
- Lampiran 11: Dokumentasi

## Abstrak

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
SKRIPSI 2019  
45 Lembar

GEMILANG / J120130061

**“HUBUNGAN MASA KERJA DAN SIKAP KERJA TERHADAP  
KEJADIAN *MYOFACIAL TRIGGER POINT SYNDROME UPPER  
TRAPEZIUS* PADA PEKERJA *DOFFER* DI PT.BMSTI (BINTANG  
MAKMUR SEJAHTERA *TEXTILE INDUSTRY*) SRAGEN”**  
(Dibimbing oleh : Wijianto, SSt.FT., Ftr., M.Or)

Latar Belakang: *Myofascial trigger point upper trapezius* adalah gangguan pada otot *trapezius* yang terjadi karena adanya taut band pada otot. Jika disentuh atau ditekan dapat menyebabkan nyeri lokal atau nyeri menjalar dengan pola spesifik. Ada beberapa factor yang mempengaruhi *myofascial trigger point syndrome*, termasuk masa kerja dan sikap kerja.

Tujuan: untuk mengetahui hubungan masa kerja dan sikap kerja terhadap kejadian *myofascial trigger point upper trapezius* pada pekerja *doffer* di PT.BMSTI Sragen.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Yaitu metode penelitian yang digunakan untuk mencari hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 56 orang. Sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebanyak 31 orang. Pengukuran nyeri MTPs *upper trapezius* yang digunakan adalah NRS (*Numeric Rating Scale*) dan untuk pengukuran sikap kerja menggunakan metode REBA (*Rapid Entire Body Assesment*).

Hasil: Uji korelasi yang digunakan untuk penelitian ini adalah uji *spearman*. Uji korelasi masa kerja terhadap kejadian *myofascial trigger point upper trapezius* didapat nilai p (sig. 2 tailed 0,006 ( $<0,05$ )) dan uji korelasi sikap kerja terhadap kejadian *myofascial trigger point upper trapezius* didapat nilai p (sig.2 tailed) 0,000 ( $<0,05$ ).

Kesimpulan: Ada hubungan masa kerja dan sikap kerja terhadap kejadian *myofascial trigger point upper trapezius* pada pekerja *doffer*.

**Kata Kunci:** *myofascial trigger point upper trapezius*, masa kerja, sikap kerja



## **Abstract**

**PROGRAM STUDY S1 FISIOTERAPI  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
MUHAMMADIYAH SURAKARTA UNIVERSITY  
THESIS, 2019  
45 Page**

**GEMILANG / J120130061**

**"THE RELATIONSHIP OF WORKING PERIOD AND WORKING POSTURE TO MYOFACIAL TRIGGER POINT SYNDROME INCIDENT ON DOFFER WORKER IN PT.BMSTI (BINTANG MAKMUR SEJAHTERA *TEXTILE* INDUSTRY) SRAGEN"**

**(Supervisor : Wijianto, SSt.FT., Ftr., M.Or)**

**Background:** Myofascial trigger point upper trapezius is a disturbance in the trapezius muscle that occurs due to a band link in the muscle. If touched or pressed can cause local pain or pain radiating with a specific pattern. There are several factors that affect myofascial trigger point syndrome, including tenure and work attitude. **Objective:** to find out the relationship between working period and work attitude towards upper trapezius myofascial trigger point events in doffer workers in PT. BMSTI Sragen.

**Method:** This study uses research methods observational analytic with cross sectional approach. Namely the research method used to find the relationship between independent variables and dependent variables. The population in this study was 56 people. Samples that meet the specified inclusion and exclusion criteria are 31 people. The measurement of upper trapezius MTPs pain used is the NRS (Numeric Rating Scale) and for work attitude measurement using the REBA (Rapid Entire Body Assessment) method.

**Result:** The correlation test used for this study is the spearman test. Correlation test of the working period for the upper trapezius myofascial trigger point event obtained a p value (sig. 2 tailed 0.006 ( $<0.05$ )) and the correlation of work attitude toward the upper trapezius myofascial trigger point was obtained p value (sig.2 tailed) 0,000 ( $< 0.05$ )

**Conclusion:** there is a relationship between work period and work attitude towards myofascial trigger point upper trapezius in doffer workers.

**Keywords:** myofascial upper trapezius trigger point, length of service, work attitude